

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN STRES
AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI DI SMA KATOLIK
RAJAWALI MAKASSAR**

OLEH

PUTERI EMILIANI PANGALINAN

80 2012 007

TUGAS AKHIR

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan Untuk
Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA

SALATIGA

2016



PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Puteri Emiliani Pangalanan
NIM : 802012007 Email : puteriemiliani@gmail.com
Fakultas : Psikologi Program Studi : Psikologi
Judul tugas akhir : Hubungan Antara Perfeksionisme dengan stres Akademik pada siswa akselerasi di SMA Katolik Raja Wali MAKASSAR
Pembimbing : 1. Enjang Wahyuningrum, M.Si., Psi.
2. _____

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 24 Mei 2016



Tanda tangan & nama terang mahasiswa

PUTERI EMILIANI PANGALANAN



PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Puteri Emiliani Pangalinan
NIM : 802012 007 Email : puteriemiliani@gmail.com
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI
Judul tugas akhir : Hubungan Antara perfeksionisme dengan stres Akademik pada siswa Akselerasi di SMA Katolik Rajawali Makassar

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif** kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA**

* Hak yang tidak terbatas hanya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

** Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Salatiga, 24 Mei 2016

PUTERI EMILIANI PANGALINAN

Tanda tangan & nama terang mahasiswa

Mengetahui,

Engang . W

Tanda tangan & nama terang pembimbing I

Tanda tangan & nama terang pembimbing II

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN
AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), saya yang bertanda tangan di bawah ini:

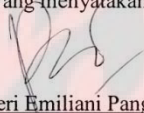
Nama : Puteri Emiliani Pangalinan
NIM : 80 2012 007
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana
Jenis Karya : Tugas Akhir
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW hak bebas royalti non-eksklusif (*non-exclusive royalty freeright*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN STRES AKADEMIK PADA
SISWA AKSELERASI DI SMA KATOLIK RAJAWALI MAKASSAR**

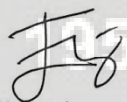
Dengan hak bebas *royalty non-eksklusif* ini, UKSW berhak menyimpan/ mengalihmedia/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Salatiga
Pada Tanggal : 29 Maret 2016
Yang menyatakan,


Puteri Emiliani Pangalinan

Mengetahui,
Pembimbing Utama


Enjang Wahyuningrum, M.Si., Psi.

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Puteri Emiliani Pangalinan

NIM : 80 2012 007

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir, judul:

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN STRES AKADEMIK
PADA SISWA AKSELERASI DI SMA KATOLIK RAJAWALI MAKASSAR**

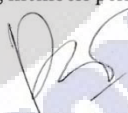
Yang dibimbing oleh:

Enjang Wahyuningrum, M.Si., Psi.

Adalah benar-benar hasil karya saya.

Di dalam laporan tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya akui seolah-oleh sebagai karya sendiri tanpa memberikan pengakuan kepada penulis atau sumber aslinya.

Salatiga, 29 Maret 2016
Yang memberi pernyataan


Puteri Emiliani Pangalinan

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN STRES AKADEMIK
PADA SISWA AKSELERASI DI SMA KATOLIK RAJAWALI MAKASSAR**

Oleh

Puteri Emiliani Pangalian

802012007

TUGAS AKHIR

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan Untuk
Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Disetujui pada tanggal: 29 Maret 2016

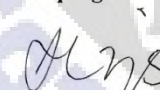
Oleh:

Pembimbing Utama



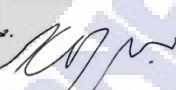
Enjang Wahyuningrum, M.Si., Psi.

Diketahui oleh,
Kaprodi



Dr. Chr. H. Soetjningsih, MS.

Disahkan oleh,
Dekan



Dr. Sutarto Wijono, MA.

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
SALATIGA**

2016

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN STRES
AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI DI SMA KATOLIK
RAJAWALI MAKASSAR**

Puteri Emiliani Pangalinan

Enjang Wahyuningrum

Program Studi Psikologi



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
SALATIGA**

2016

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan perfeksionisme dengan stres akademik. Sebanyak 25 orang diambil sebagai sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Metode penelitian yang dipakai dalam pengumpulan data dengan metode skala, yaitu *Perfectionism Inventory* (PI) yang disusun oleh Hill *et. al.* (2004) sebagai skala perfeksionisme dan *Student Rating of Environmental Stressors Scale* (StRESS) yang dirancang oleh Suldo *et. al.* (dalam Hearon, 2015) sebagai skala stres akademik. Teknik analisa data yang dipakai adalah teknik korelasi *Spearman's Rho*. Dari hasil analisa data diperoleh koefisien korelasi (r) 0,784 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan positif yang signifikan antara antara perfeksionisme dengan stres akademik. Hal ini bermakna bahwa perfeksionisme yang tinggi akan diikuti oleh stres akademik yang tinggi, dan sebaliknya.

Kata Kunci : Perfeksionisme, Stres Akademik.

Abstract

The aim of this research is to know about the significance of the relationship between perfectionism with academic stress. A total of 25 people were taken as samples with using saturated sampling as the technique sampling. The research method that used in data collection is scale method, that is Perfectionism Inventory (PI) that composed by Hill et. al. (2004) as the perfectionism scale and Student Rating of Environmental Stressors Scale (StRESS) that composed by Suldo et. al. (in Hearon, 2015) as academic stress scale. The data analysis technique that we use is Spearman's Rho technique. From the data analysis, we found that correlation coefficient (r) is 0,784 with significance value at 0,000 ($p < 0,05$), which means that there is a significant positive relationship between the perfectionism and academic stress. It means that the high of perfectionism will be followed by the high of academic stress, and vice versa.

Keywords : Perfectionism, Academic Stress

PENDAHULUAN

Departemen Pendidikan Nasional (2007) mendefinisikan program akselerasi sebagai suatu model pelayanan pendidikan yang diberikan kepada siswa yang disesuaikan dengan potensi kecerdasan dan juga bakat istimewa yang mereka miliki dengan cara memberikan suatu kurikulum yang membuat mereka dapat menyelesaikan sekolahnya lebih cepat dibandingkan dengan anak-anak seusianya. Menurut Mulyasa (2003) akselerasi adalah proses belajar yang dimungkinkan untuk diterapkan, sehingga siswa yang memiliki kemampuan di atas rata-rata dapat menyelesaikan pelajarannya lebih cepat dari masa belajar yang telah ditentukan.

Puspita (2007)) menyebutkan bahwa program akselerasi memiliki beberapa permasalahan. Di satu sisi, program akselerasi memiliki keuntungan bagi siswa yang memiliki kemampuan intelektual lebih karena dapat mempercepat masa studi. Namun, di sisi lain, program akselerasi menimbulkan dampak psikologis yang kurang baik. Pada umumnya, siswa yang masuk program akselerasi mengalami gangguan emosi dan stres pada bidang akademik karena dibebani oleh muatan pelajaran yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak.

Siswa merupakan calon pemimpin masa depan. Mereka diharapkan memiliki keberhasilan akademis sebagai tujuan utama mereka. Namun, tuntutan-tuntutan akademik dapat menyebabkan siswa mengalami stres akademik (Chung, 2008). Menurut Gadzella (dalam Gadzella & Masten, 2005), stres akademik adalah suatu keadaan di mana terdapat tuntutan akademik yang melebihi sumber daya yang tersedia disertai dengan reaksi-reaksi fisik, emosi, kognitif dan tingkah laku yang diarahkan untuk menghadapi peristiwa stres

tersebut. Sementara itu menurut Menaga & Chandrasekaran (2013), stres akademik adalah kecemasan dan stres yang berasal dari sekolah dan pendidikan.

Stres akademik pada penelitian ini mengacu pada pendapat Suldo & Huebner (2004) yang berarti mengarah pada keadaan di mana adanya suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan individu untuk mencapai kepuasan dalam hidup. Menurut Suldo, *et. al.* (dalam Hearon, 2015), perfeksionisme terdiri dari 5 aspek yaitu (1) *academic requirements* (persyaratan akademik) yang mengacu pada stressor-stressor yang berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan akademis siswa. (2) *Parent - Child Conflict* (konflik antara anak - orang tua) yang mengacu pada stressor-stressor yang berhubungan dengan hubungan antara orang tua dan anak yang berkaitan dengan akademis. (3) *Academic and Social struggles* (perjuangan akademik dan sosial) yang mengacu pada stressor-stressor yang berhubungan dengan perjuangan akademik dan sosial siswa. (4) *Financial Problems* (masalah keuangan) yang mengacu pada stressor-stressor yang berhubungan dengan permasalahan keuangan yang terjadi di dalam keluarga. (5) *Cultural Issues* (masalah budaya) yang mengacu pada stressor-stressor yang berhubungan dengan permasalahan perbedaan kebudayaan yang terjadi di sekitar siswa.

Alvin (2007) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan. Sedangkan, faktor lainnya yaitu faktor eksternal yang meliputi pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, dan orang tua saling berlomba. Dari beberapa faktor, yang mempengaruhi stres akademik adalah perfeksionisme. Dunkley, *et. al* (2014) menemukan bahwa baik perfeksionisme maladaptif dan adaptif dapat meningkatkan stres pada diri seseorang. Salah satu karakteristik dari kepribadian

yang dianggap mempengaruhi stres akademik adalah perfeksionisme (Ratna & Widayat, 2013). Hal ini didukung dengan pendapat Hamachek (1978 dalam Schuler, 1999:7) melihat perfeksionisme sebagai sebuah sikap dalam berperilaku dan sebuah sikap berpikir tentang perilaku.

Lebih lanjut, Alvin (2007) menjelaskan bahwa pendidikan selalu menjadi simbol status sosial. Orang-orang dengan kualifikasi akademik tinggi akan dihormati masyarakat dan yang tidak berpendidikan tinggi akan dipandang rendah. Siswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. Sebaliknya, siswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lamban, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah dan cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orang tua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

Hal ini mendukung pendapat Hewit & Flett dalam Pranungsari (2010), yang melihat keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki pengharapan kesempurnaan untuk dirinya dan memotivasi sebagai perfeksionisme. Aditomo & Retnowati (2004) mendefinisikan perfeksionisme merupakan hasrat untuk menetapkan dan mencapai standar-standar diri dan keberhasilan yang amat tinggi.

Perfeksionisme pada penelitian ini mengacu pada pendapat Hill dkk. (2004) mendefinisikan perfeksionisme sebagai suatu hasrat untuk mencapai kesempurnaan dimana ditandai dengan perfeksionisme adaptif (*Conscientious Perfectionism*) yang berasal dari internal individu dan perfeksionisme maladaptif (*Self-evaluate Perfectionism*) yang berasal dari eksternal individu. Perfeksionisme dapat menjadi sifat yang adaptif dan mendorong seorang individu untuk mencapai prestasi tinggi. Parker &

Adkins (dalam Peters, 1996) menulis bahwa atlet-atlet profesional tidak akan bisa berhasil tanpa hasrat yang kuat untuk mencapai standar performa yang amat tinggi. Di sisi lain, Aditomo & Retnowati (2004) mengemukakan bahwa perfeksionisme juga dapat menjadi maladaptif, misalnya apabila standar-standar ini begitu tinggi, sehingga individu hampir selalu merasa gagal dalam melakukan sesuatu. Sifat ganda ini sudah lama diperhatikan oleh beberapa ahli psikologi. Adler (dalam Rice, 1998), misalnya, mengatakan bahwa perfeksionisme merupakan aspek perkembangan yang normal dan hanya menjadi masalah ketika individu menetapkan standar-standar superioritas yang tidak realistis dalam mencapai tujuan atau *goals*.

Menurut Hill dkk. (2004), perfeksionisme memiliki 8 aspek yaitu (1) *concern over mistakes* di mana adanya kecenderungan memiliki sikap berlebihan ketika menghadapi suatu masalah, seperti membesar-besarkan masalah secara berlebihan. (2) *High standards for others* di mana adanya kecenderungan memaksa orang lain untuk memiliki standar perfeksionis seperti yang mereka yakini. (3) *Needs for approval* yang mengacu pada kecenderungan mencari pengakuan dari orang lain dan sensitif terhadap kritikan. (4) *Organization* di mana adanya kecenderungan untuk rapi dan teratur. (5) *Perceived parental pressure* yang mengacu pada kecenderungan merasa harus tampil sempurna untuk memperoleh pengakuan dari orang tua. (6) *Planfulness* yang mengacu pada kecenderungan untuk merencanakan segala sesuatu dengan hati-hati sebelum mengambil keputusan. (7) *Rumination* yang mengacu pada kecenderungan mengkhawatirkan segala sesuatu secara berlebihan mengenai kesalahan yang telah dilakukan, pekerjaan yang tidak sempurna dan kesalahan yang mungkin dapat dilakukan di masa yang akan datang. (8) *Striving for excellent* yang mengacu pada kecenderungan untuk memperoleh hasil yang sempurna dan standar yang tinggi.

Pada hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Desember 2015 dengan beberapa orang yang saat ini sedang dan pernah duduk di kelas akselerasi SMA Katolik Rajawali Makassar, bahwa ada rasa bangga dalam diri mereka ketika bisa masuk kelas akselerasi. Namun ternyata, didapati bahwa sebagai siswa kelas akselerasi mereka seringkali merasa mudah stres, hal ini dikarenakan persaingan yang ketat di antara sesama siswa kelas akselerasi dan tuntutan untuk bisa mengikuti mata pelajaran yang lebih padat dan lebih cepat dari kelas reguler membuat mereka berusaha untuk memberikan yang terbaik untuk bisa mendapatkan nilai yang tertinggi dan mampu bertahan di kelas akselerasi. Seringkali ketika akan menghadapi ujian, mereka menjadi mudah marah ataupun mengalami masalah pencernaan, seperti sakit perut, hal tersebut kemudian membuat konsentrasi mereka menjadi buyar dan akhirnya tidak bisa untuk memberikan nilai yang maksimal. Dari hasil wawancara dengan seseorang yang pernah menempuh pendidikan di kelas akselerasi, didapatkan bahwa begitu banyak tekanan yang muncul, yaitu tekanan dari orang tua, guru, standar nilai yang tinggi, maupun dari dalam diri sendiri yang ingin memberikan performa terbaik membuatnya mudah merasa stres dan akhirnya tidak bisa memberikan performa terbaiknya. Akibat dari rasa stres yang muncul tersebut, membuat subjek akhirnya menyerah dan memilih mundur dari kelas akselerasi.

Dari paparan di atas melalui wawancara dan observasi mengenai perfeksionisme dan stres akademik pada siswa kelas akselerasi di SMA Katolik Rajawali Makassar, selanjutnya ada tiga buah penelitian yang pro dan kontra mengenai hal tersebut yaitu dalam penelitian Dunkley, *et. al* (2014) menemukan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara perfeksionisme dengan stres, perfeksionisme maladaptif dan adaptif dapat meningkatkan stres pada diri seseorang. Selain itu,

penelitian Chang & Rand (2000) juga menemukan bahwa perfeksionisme merupakan suatu prediktor terhadap stres, yang berhubungan erat dengan kegagalan dalam penyesuaian diri, apabila perfeksionisme terlalu tinggi dan stres tidak dapat diatasi dengan baik. Sebaliknya, penelitian Kiani & Kodabakhsh (2014) menemukan bahwa tidak ada hubungan antara perfeksionisme dengan stres, karena perfeksionisme lebih berdampak pada depresi yang terjadi pada diri seseorang. Selain itu, stres lebih dipengaruhi oleh dukungan sosial, tekanan tugas, dan cara mengatasi stres itu sendiri.

Berangkat dari fenomena yang ada pada siswa akselerasi SMA Katolik Rajawali Makassar dan perbedaan pandangan dari hasil penelitian ilmiah yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara perfeksionisme dengan stres akademik pada siswa kelas akselerasi SMA Katolik Rajawali, Makassar. Selain itu, walaupun penelitian ini sudah sering dilakukan, namun penelitian ini dianggap perlu dilakukan karena melihat subyek dari penelitian ini adalah siswa kelas akselerasi yang belum pernah diteliti sebelumnya. Di mana siswa akselerasi yang memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa diberikan kurikulum khusus sehingga mereka dapat menyelesaikan pelajarannya lebih cepat dari masa belajar yang ditentukan yang membuatnya berbeda dengan kelas reguler (Departemen Pendidikan Nasional, 2007).

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara perfeksionisme dengan stres akademik pada siswa kelas akselerasi SMA Katolik Rajawali, Makassar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara perfeksionisme dengan stres akademik pada siswa kelas akselerasi SMA Katolik Rajawali, Makassar.

METODE PENELITIAN

Variabel Penelitian

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah perfeksionisme sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres akademik.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa akselerasi SMA Katolik Rajawali, Makassar, yang berjumlah 25 orang. Masing-masing terdiri dari laki-laki yang berjumlah 8 orang dan perempuan yang berjumlah 17 orang.

Teknik pengumpulan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012), sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 25 subjek.

Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan skala pengukuran psikologi, yang terdiri dari 2 skala, yaitu skala Perfeksionisme dan skala Stres Akademik. Item dalam skala-skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan *favorable* dengan menggunakan 4 alternatif jawaban dari skala Likert yang telah dimodifikasi yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Keseluruhan data diperoleh dari skala psikologi yang telah dibagikan kepada subjek. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a) *Perfectionism Inventory* (PI)

Skala *Perfectionism Inventory* (PI) yang dirancang oleh Hill *et. al.* (2004) adalah skala yang digunakan untuk mengukur tingkat perfeksionisme seseorang yang terdiri

dari 8 aspek, yaitu *concern over mistakes*, *high standards for others*, *needs for approval*, *organization*, *perceived parental pressure*, *planfulness*, *rumination*, dan *striving for excellent*. Hill *et. al.* melakukan uji reliabilitas pada 82 orang yang menghasilkan *Alpha Cronbach* sebesar 0,87. Meskipun demikian, dalam penelitian ini akan dilakukan pengujian reliabilitas dengan menggunakan data yang didapat dari sampel ketika pengambilan data dilakukan (*try out* terpakai). Dalam menentukan validitas setiap item, peneliti menggunakan ketentuan validitas menurut Azwar (2012) yang mengatakan bahwa item dikatakan valid apabila koefisien korelasi item total $\geq 0,3$. Hasil uji daya diskriminasi menyisakan 56 item yang valid dari 59 item yang ada dengan reliabilitas 0,957.

Tabel 1
Blueprint Skala Perfectionism Inventory (PI)

No.	Aspek	Item		Item Valid
		F	UF	
1.	<i>Concern over mistake</i>	6, 14, 22, 30, 38, 46, 53, 57		8
2.	<i>High standards for others</i>	3, 11, 19, 27, 35, 43, 50		7
3.	<i>Needs for approval</i>	2, 10, 18*, 26, 34*, 42, 49*, 59		5
4.	<i>Organization</i>	4, 12, 20, 28, 36, 44, 51, 56		8
5.	<i>Perceived parental pressure</i>	7, 15, 23, 31, 39, 47, 54, 58		8
6.	<i>Planfulness</i>	5, 13, 21, 29, 37, 45, 52		7
7.	<i>Rumination</i>	8, 16, 24, 32, 40, 48, 55		7
8.	<i>Striving for excellent</i>	1, 9, 17, 25, 33, 41		6
Total Item		56	0	56

Keterangan : tanda bintang (*) = item gugur

b) Student Rating of Environmental Stressors Scale (StRESS)

Skala *Student Rating of Environmental Stressors Scale* (StRESS) dirancang oleh Suldo *et. al.* (dalam Hearon, 2015). Skala ini terdiri dari 5 aspek, yaitu *Academic Requirements*, *Parent–Child Conflict*, *Academic and Social Struggles*, *Financial Problems*, dan *Cultural Issues*. Suldo *et. al.* melakukan uji reliabilitas pada 184 orang yang menghasilkan *Alpha Cronbach* sebesar 0,89. Meskipun demikian, dalam penelitian ini akan dilakukan pengujian reliabilitas dengan menggunakan data yang didapat dari sampel ketika pengambilan data dilakukan (*try out* terpakai). Dalam menentukan validitas setiap item, peneliti menggunakan ketentuan validitas menurut Azwar (2012) yang mengatakan bahwa item dikatakan valid apabila koefisien korelasi item total $\geq 0,3$. Hasil uji daya diskriminasi menyisakan 28 item yang valid dari 31 item yang ada dengan reliabilitas 0,951.

Tabel 2
Blueprint Skala Student Rating of Environmental Stressors Scale (StRESS)

No.	Aspek	Item		Total Valid
		F	UF	
1.	<i>Academic Requirements</i>	3, 8, 13, 14*, 16, 19, 22, 23, 24, 25, 29, 30, 31*		11
2.	<i>Parent-Child Conflict</i>	5, 10, 15, 27, 28		5
3.	<i>Academic and Social Struggles</i>	1, 2, 6, 7*, 17, 18, 21		6
4.	<i>Financial Problems</i>	11, 20, 26		3
5.	<i>Cultural Issues</i>	4, 9, 2		3
Total Valid		28	0	28

Keterangan : tanda bintang (*) = item gugur

HASIL PENELITIAN

A. Uji Deskriptif Statistika

1. Variabel Perfeksionisme

Kategorisasi pada variabel perfeksionisme dibuat berdasarkan dengan nilai tertinggi yang diperoleh, yaitu $4 \times 56 = 224$ dan nilai paling rendah yaitu $1 \times 56 = 56$. Pada skala ini dibagi menjadi lima kategori (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah) dengan nilai intervalnya sebesar 33,6.

Tabel 3
Kategorisasi Pengukuran Skala Perfeksionisme

Interval	Kategori	Mean	N	Persentase
$190,4 \leq x \leq 224$	Sangat Tinggi		9	36%
$156,8 \leq x < 190,4$	Tinggi	179,76	12	48%
$123,2 \leq x < 156,8$	Sedang		4	16%
$89,6 \leq x < 123,2$	Rendah		0	0%
$56 \leq x < 89,6$	Sangat Rendah		0	0%
Jumlah			25	100%
SD = 20,088 Min = 143 Max = 224				

Keterangan: x = Perfeksionisme

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa 9 subjek memiliki skor perfeksionisme yang berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 36%, 12 subjek memiliki skor perfeksionisme yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 48%, 4 subjek memiliki skor perfeksionisme yang berada pada kategori sedang dengan persentase 16%, tidak ada subjek memiliki skor perfeksionisme yang berada pada kategori rendah dengan persentase 0%, dan tidak ada subjek memiliki skor perfeksionisme pada kategori sangat rendah dengan persentase 0%. Berdasarkan rata-rata sebesar 179,76, dapat dikatakan bahwa rata-rata perfeksionisme berada pada kategori tinggi. Skor yang diperoleh subjek bergerak dari skor minimum sebesar 143 sampai dengan skor maksimum sebesar 224 dengan standard deviasi 20,088.

Berdasarkan uraian data di atas, dapat dikatakan bahwa siswa kelas akselerasi pada SMA Katolik Rajawali, Makassar memiliki perfeksionisme yang tinggi.

2. Variabel Stres Akademik

Kategorisasi pada variabel stres akademik dibuat berdasarkan dengan nilai tertinggi yang diperoleh, yaitu $4 \times 28 = 112$ dan nilai paling rendah yaitu $1 \times 28 = 28$. Pada skala ini dibagi menjadi lima kategori (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah) dengan nilai intervalnya sebesar 16,8.

Tabel 4
Kategorisasi Pengukuran Skala Stres akademik

Interval	Kategori	Mean	N	Persentase
$95,2 \leq x \leq 112$	Sangat Tinggi		8	32%
$78,4 \leq x < 95,2$	Tinggi	91,00	13	52%
$61,6 \leq x < 78,4$	Sedang		4	16%
$44,8 \leq x < 61,6$	Rendah		0	0%
$28 \leq x < 44,8$	Sangat Rendah		0	0%
Jumlah			25	100%
SD = 12,042 Min = 63 Max = 110				

Keterangan: x = Stres akademik

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa 8 subjek memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 32%, 13 subjek yang memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 52%, 4 subjek memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori sedang dengan persentase 15%, tidak ada subjek memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori rendah dengan persentase 0%, dan tidak ada subjek memiliki skor stres akademik yang berada pada kategori sangat rendah dengan persentase %. Berdasarkan rata-rata sebesar 91,00, dapat dikatakan bahwa rata-rata stres akademik subjek berada pada kategori tinggi. Skor yang diperoleh subjek bergerak dari skor minimum

sebesar 63 sampai dengan skor maksimum sebesar 110 dengan standard deviasi 12,042. Berdasarkan uraian data di atas, dapat dikatakan bahwa siswa kelas akselerasi di SMA Katolik Rajawali, Makassar memiliki stres akademik yang tinggi.

B. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, yaitu:

1. Uji Normalitas

Pada skala perfeksionisme diperoleh nilai K-S-Z sebesar 0,518 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,951 ($p > 0,05$). Sedangkan, pada skor stres akademik memiliki nilai K-S-Z sebesar 0,746 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,634 ($p > 0,05$). Dengan demikian kedua variabel memiliki distribusi yang normal.

2. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas diperoleh nilai F_{beda} sebesar 0,987 dengan sig.= 0,562 ($p > 0,05$) yang menunjukkan variabel perfeksionisme dengan stres akademik adalah linear.

C. Uji Korelasi

Karena jumlah sampel dalam penelitian ini kurang dari 30, maka uji korelasi menggunakan teknik uji non parametrik, yaitu Spearman's Rho, yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5
Hasil Uji Korelasi antara Perfeksionisme Dengan Stres akademik

Correlations			Perfeksionisme	Stres
Spearman's rho	Perfeksionisme	Correlation Coefficient	1.000	.784**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	25	25
	Stres	Correlation Coefficient	.784**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	25	25

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi diperoleh koefisien korelasi antara Perfeksionisme dengan stres akademik sebesar 0,784 dengan sig. = 0,000 ($p < 0.05$) yang berarti ada hubungan yang positif signifikan antara perfeksionisme dengan stres akademik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan antara perfeksionisme dengan stres akademik pada siswa kelas akselerasi SMA Katolik Rajawali Makassar, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara perfeksionisme dengan stres akademik. Berdasarkan hasil uji perhitungan korelasi, keduanya memiliki $r = 0,784$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti kedua variabel yaitu perfeksionisme dengan stres akademik memiliki hubungan yang positif signifikan. Dengan kata lain, semakin tinggi perfeksionisme, maka semakin tinggi stres akademik atau sebaliknya.

Penelitian Dunkley, *et. al* (2014) menemukan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara perfeksionisme dengan stres, perfeksionisme maladaptif dan adaptif dapat meningkatkan stres pada diri seseorang. Selain itu, penelitian Chang & Rand

(2000) juga menemukan bahwa perfeksionisme merupakan suatu prediktor terhadap stres, yang berhubungan erat dengan kegagalan dalam penyesuaian diri, apabila perfeksionisme terlalu tinggi dan stres tidak dapat diatasi dengan baik.

Dari uraian di atas, penulis dapat mengatakan bahwa semakin tinggi perfeksionisme yang ada pada diri siswa, maka semakin tinggi stres akademik yang dialami, sehingga dapat menurunkan kualitas belajar siswa. Hal tersebut dikarenakan para siswa kelas akselerasi pada SMA Katolik Rajawali Makassar memiliki tingkat perfeksionisme yang tinggi, sehingga menyebabkan terjadinya stres akademik pada diri mereka yang tinggi pula.

Hal ini terlihat dari hasil kajian penelitian di atas, bahwa antara perfeksionisme dengan stres akademik memiliki hubungan yang positif signifikan. Berdasarkan hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini, diperoleh data bahwa perfeksionisme sebesar 48% yang berada pada kategori tinggi, dengan skor tertinggi adalah 224 dan skor terendah adalah 143. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas akselerasi pada SMA Katolik Rajawali Makassar memiliki tingkat perfeksionisme yang tinggi. Pada stres akademik, data sebesar 52% yang berada pada kategori tinggi, dengan skor tertinggi adalah 110 dan skor terendah adalah 63. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas akselerasi pada SMA Katolik Rajawali Makassar memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.

Banyak faktor yang menyebabkan tinggi rendahnya stres akademik, perfeksionisme merupakan salah satu faktor pendukung dari semua faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya stres akademik (Alvin, 2007), jika dilihat sumbangan efektif yang diberikan perfeksionisme terhadap stres akademik, perfeksionisme memberikan kontribusi sebesar 61,47% dan sebanyak 38,53% dipengaruhi oleh faktor

lain di luar perfeksionisme yang dapat berpengaruh terhadap stres akademik, seperti pola pikir, kepribadian, keyakinan, pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dan orang tua saling berlomba.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme memberikan kontribusi terhadap stres akademik sehingga nampak jelas bahwa perfeksionisme mempunyai hubungan positif dengan stres akademik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara perfeksionisme dan stres akademik pada siswa akselerasi di SMA Katolik Rajawali Makassar, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif yang signifikan antara perfeksionisme dengan stres akademik pada siswa akselerasi di SMA Katolik Rajawali Makassar.
2. Siswa akselerasi di SMA Katolik Rajawali Makassar memiliki nilai rerata perfeksionisme yang berada pada kategori tinggi dan rerata stres akademik pada kategori tinggi.
3. Sumbangan efektif yang diberikan oleh perfeksionisme terhadap stres akademik pada siswa akselerasi adalah sebesar 61,47%. Ini berarti perfeksionisme memiliki kontribusi sebesar 61,47% terhadap stres akademik pada siswa akselerasi, sedangkan 38,53% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar perfeksionisme yang dapat berpengaruh terhadap stres akademik.

Saran

Setelah penulis melakukan penelitian dan pengamatan langsung dilapangan serta melihat hasil penelitian yang ada, maka berikut ini beberapa saran yang penulis ajukan:

1. Bagi pihak sekolah.

Disarankan agar pihak sekolah tidak terlalu membuat program belajar yang menekan para siswa dengan tugas-tugas yang membebani mereka, agar mereka dapat menurunkan tingkat perfeksionisme dalam diri mereka. Selain itu, pihak sekolah juga dapat membuat program relaksasi guna meminimalisir tingkat stres akademik akibat tuntutan tugas.

2. Bagi Peneliti selanjutnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih ada faktor lain di luar perfeksionisme yang memengaruhi stres akademik sebesar 38,53%. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut penelitian ini dengan mengembangkan variabel-variabel lain yang dapat digunakan, sehingga terungkap faktor-faktor lain yang memengaruhi stres akademik, seperti pola pikir, kepribadian, keyakinan, pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dan orang tua saling berlomba. Selain itu dikarenakan adanya rencana penghapusan kelas akselerasi, maka diharapkan bagi para peneliti selanjutnya dapat meneliti bagaimana hubungan stres akademik dengan perfeksionisme pada kelas reguler maupun unggulan.

DAFTAR PUSAKA

- Aditomo, A. & Retnowati, S. (2014). Perfeksionisme, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi* 1(1), 1-14
- Alvin, F. (2007). Stres akademik [Halaman Internet]. Retrieved 11 Januari 2016 from <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/34182/4/Chapter%20II.pdf>
- Chang, E. C., & Rand, K. L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Counseling Psychology* 47, 129–137.
- Chung, H. (2008). Resiliency and character strengths among college students. *Dissertation*: University of Arizona.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2007). *Pedoman Penyelenggaraan Pendidikan untuk Peserta Didik Berkecerdasan Istimewa (Program Akselerasi)*. Jakarta: Penulis.
- Dunkley, D. M., Mandel, T., & Ma, D. (2014). Perfectionism, Neuroticism, and Daily Stress Reactivity and Coping Effectiveness 6 Months and 3 Years Later. *Journal of Counseling Psychology* 61(4), 616-633.
- Mulyasa, E. (2003). Kurikulum Berbasis Kompetensi: *Konsep, Karakteristik, dan Implementasi*. Bandung: SD. Remaja Rosdakarya.
- Gadzella, B.M. & Masten. W.G. (2005). An analysis of the categories in the Student-Life Stress Inventory. *American Journal of Psychological Research* 1(10): 1-10.
- Hearon, B. V. (2015). Stress and coping in high school students in accelerated academic curricula: Developmental trends and relationships with student success. *Graduate Theses and Dissertations*.
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The perfectionism inventory. *Journal of Personality Assessment*, 82, 80-91.
- Kiani, F. & Kodabaksh, M. R. (2014). Perfectionism and Stressful Life Events as Vulnerabilities to Depression Symptoms in Students. *International Journal of Pediatrics* 2(1), 277-285.
- Peters, C. C. (1996). . *Perfectionism* [Halaman Internet]. Retrieved 11 Januari 2016 from www.nexus.edu.au/teachstud/gat/peters.html
- Pranungsari, D. (2010). Kecerdasan dan Perfeksionisme Pada Anak Gifted di Kelas Akselerasi. *Humanitas*, 35-52.

- Puspita, R. (2007). *Program Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Mengembangkan Kecerdasan Interpersonal Siswa Kelas Akselerasi*. Skripsi S1 pada FIP UPI Bandung: tidak diterbitkan.
- Ratna, P. T. & Widayat, I. W. (2013). Perfeksionisme pada Remaja Gifted (Studi Kasus pada Peserta Didik Kelas Akselerasi di SMAN 5 Surabaya). *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, vol.02 No. 03.
- Rice, F. P. (1998). *Adolecence: Development, Relationship, and Culture*. USA: Allyn & Bacon.
- Schuler, P.A. (1999). *Voices of Perfectionism: Perfectionistic Gifted Adolescents in Rural Middle School*. Connecticut: The National Research Center of Gifted and Talented.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suldo, S. M., Huebner, E. S. (2004a), The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and adolescent problem behavior, *Social Indicators Research*, 66), 165-195.